

คุณภาพชีวิตของนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยมหิดล วิทยาเขตศาลายา THE QUALITY OF LIFE AMONG MAHIDOL UNIVERSITY'S UNDERGRADUATES AT SALAYA CAMPUS

ปานวาด ปรียานนท์, โชติமாகานต์ ไชยยศ, พรเพ็ญ เผือกเอม, นงลักษณ์ โพร้น้อย*

*Panwad Preeyanont, Chotimakan Chaiyes, Pompen Phuak-aim, Nongluk Phonoi**

งานบริหารการศึกษา พัฒนานักศึกษาและศิษย์เก่าสัมพันธ์ คณะสัตวแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล

Division of Educational Administration Student Development and Alumni relations,

Faculty of Veterinary Science, Mahidol University.

*Corresponding author, e-mail: nongluk.pho@mahidol.edu

Received: 9 July 2021; **Revised:** 3 March 2022; **Accepted:** 23 March 2022

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงปริมาณมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาและเปรียบเทียบระดับคุณภาพชีวิตของนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยมหิดล วิทยาเขตศาลายา กลุ่มตัวอย่างคือ นักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยมหิดล วิทยาเขตศาลายา ปีการศึกษา 2563 คำนวณขนาดกลุ่มตัวอย่างจากประชากร 6,681 คน ด้วยวิธีของทาร์ยามาเน ได้กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 707 คน จากนั้นสุ่มกลุ่มตัวอย่างแบบชั้นภูมิตามสัดส่วนของประชากรแต่ละกลุ่มวิชา เครื่องมือที่ใช้เป็นแบบสอบถาม จำนวน 2 ส่วน คือ 1) ข้อมูลส่วนบุคคล ประกอบด้วย เพศ กลุ่มวิชาที่ศึกษา ชั้นปีที่กำลังศึกษา คณะแผนกเรียน รายรับต่อเดือน และสถานที่พักอาศัยระหว่างศึกษา 2) ระดับคุณภาพชีวิต จำนวน 5 องค์ประกอบ ตามแนวคิดของแซนเดอร์ซอท์ ไวท์และแซนเดอร์สัน ตรวจสอบความเชื่อมั่นของแบบสอบถามด้วยการหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค มีค่าความเชื่อมั่นที่ระดับ 0.97 วิเคราะห์ข้อมูลส่วนบุคคลด้วยความถี่ ร้อยละ และวิเคราะห์ระดับคุณภาพชีวิตของนักศึกษาด้วยค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ผลการศึกษาพบว่า นักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยมหิดล วิทยาเขตศาลายา มีคุณภาพชีวิตโดยรวมอยู่ในระดับดี เมื่อศึกษาเป็นรายด้านพบว่า ด้านการเรียน ด้านที่อยู่อาศัย ด้านความสัมพันธ์กับบุคคลอื่นและด้านบริการที่ได้รับจากมหาวิทยาลัยอยู่ในระดับดี ส่วนด้านชีวิตสังคมอยู่ในระดับปานกลาง การวิเคราะห์เปรียบเทียบระดับคุณภาพชีวิตของนักศึกษา จำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคลด้วยการทดสอบค่าที (t-Test) และทดสอบความแปรปรวนทางเดียว (One Way ANOVA) เมื่อพบความแตกต่างจึงทดสอบเป็นรายคู่ด้วยวิธีของเชฟเฟ ผลการศึกษาพบว่า นักศึกษาที่มีชั้นปีที่กำลังศึกษา กลุ่มวิชาที่ศึกษา คณะแผนกเรียนและที่พักอาศัยต่างกัน มีระดับคุณภาพชีวิตแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนนักศึกษาที่มี เพศและรายรับต่อเดือนต่างกันมีระดับคุณภาพชีวิตไม่แตกต่างกัน โดยสถาบันการศึกษาควรสนับสนุนคุณภาพชีวิตของนักศึกษาให้สอดคล้องกับความต้องการของนักศึกษาทุกกลุ่ม รวมถึงสอดคล้องกับการเปลี่ยนแปลงทางสังคม เศรษฐกิจและเทคโนโลยี โดยเฉพาะอย่างยิ่งด้านชีวิตสังคม

คำสำคัญ: คุณภาพชีวิต; นักศึกษาระดับปริญญาตรี; มหาวิทยาลัยมหิดล; วิทยาเขตศาลายา

Abstract

This study is a quantitative research with the objectives to study and compare the quality of life among Mahidol University's undergraduates at Salaya Campus. The samples are Mahidol University's undergraduates who study at Salaya campus of the Academic Year 2020. Taro Yamane method was applied to calculate the sample size from the population number of 6,681 resulted in 707 subjects randomly selected using the stratified random sampling method in accordance with the proportion of the population in each group of the studying subject. Questionnaires were used to collect the information divided into two parts: 1) the demographic information including: gender, group of the studying subject, year of study, cumulative Grade Point Average (GPA), monthly allowance, and accommodation during study; 2) the quality of life level in five aspects based on the concept from Hendershott, Wright, and Handerson. The questionnaire's reliability is 0.97 assessed using Cronbach's alpha-coefficient. The demographic information was analyzed using frequency and percentage, and the levels of the students' quality of life were analyzed using mean and standard deviation. The study found that the overall quality of life level of Mahidol University's undergraduates at Salaya campus is at a good level. The results for the study of each aspect of the quality of life revealed that the academic, accommodation, interpersonal relationship, and the university's services are all at good levels. However, the result for the social life aspect is at the medium level. The comparative study of the students' quality of life level with each aspect of the demographic information were analyzed using the t-Test and One-Way ANOVA method. Then, the Scheffe Post Hoc Comparison method was applied to analyze the significant differences found. The study found that students with different year-of-study, group of learning subjects, cumulative GPA, and accommodation during the study resulted in different levels of their quality of life with the significance at 0.05. The different gender and monthly allowance did not affect the undergraduates' quality of life. Academic institutions should provide support for the quality of life in accordance to the needs of all groups of students and the changes in society, economics, and technology especially the activities of the social life aspect.

Keywords: Quality of Life; Undergraduates; Mahidol University; Salaya Campus

บทนำ

สถาบันอุดมศึกษามีหน้าที่ผลิตผู้สำเร็จการศึกษาที่มีคุณลักษณะสอดคล้องกับยุทธศาสตร์ชาติและเป็นการกำลังสำคัญในการพัฒนาประเทศ มุ่งผลลัพธ์ให้ผู้สำเร็จการศึกษาเป็นผู้ที่มีความรู้ ความสามารถและรอบรู้ด้านต่าง ๆ เพื่อสร้างสัมมาอาชีพ มีความมั่นคงและมีคุณภาพชีวิตที่ดี มีทักษะในศตวรรษที่ 21 รู้เท่าทันการเปลี่ยนแปลงของสังคมและของโลก [1] ซึ่งการส่งเสริมให้ผู้เรียนมีคุณลักษณะที่พึงประสงค์ดังกล่าวนี้การสร้างคุณภาพชีวิตที่ดีให้กับผู้เรียนนับเป็นปัจจัยสำคัญที่จะส่งเสริมให้ผู้เรียนมีรูปแบบการดำเนินชีวิตที่เหมาะสม มีความสุข และพร้อมที่จะศึกษาได้อย่างเต็มที่ โดยองค์การอนามัยโลก (WHO) มีแนวคิดว่าคุณภาพชีวิตประกอบด้วยองค์ประกอบใน 4 มิติ คือ มิติด้านสุขภาพกาย คือ สุขภาพดี มีความสามารถทำกิจกรรมต่าง ๆ ได้ มิติด้านสุขภาพจิต คือ ความสุข ความสำเร็จตามเป้าหมาย มิติด้านความสัมพันธ์ทางสังคม คือ มีเพื่อน มีครอบครัว การได้รับความรัก มีงานทำ และมิติด้านสภาพแวดล้อม ได้แก่ มีสิ่งแวดล้อมและบรรยากาศที่ดี มีที่พักอาศัยที่มีสิ่งอำนวยความสะดวกอย่างเหมาะสม [2]

มหาวิทยาลัยมหิดล เป็นสถาบันอุดมศึกษาที่มีพันธกิจในการพัฒนาทรัพยากรบุคคลให้แก่สังคม โดยจัดการศึกษาให้ผู้เรียนมีความเชี่ยวชาญตามสาขาวิชาการหรือวิชาชีพ ตอบสนองต่อความต้องการของประเทศ สร้างขีดความสามารถในการแข่งขันระดับโลก การจะพัฒนาผู้เรียนให้เป็นไปตามเป้าหมายดังกล่าว มหาวิทยาลัย

ควรให้ความสำคัญกับคุณภาพของหลักสูตร กระบวนการจัดการเรียนการสอน กิจกรรมพัฒนานักศึกษา รวมถึงการสนับสนุนคุณภาพชีวิตที่ดีให้กับผู้เรียนเพื่อให้สำเร็จการศึกษาตามระยะเวลาที่กำหนด [3] รวมถึงมีคุณลักษณะที่พึงประสงค์ตามเป้าหมายของหลักสูตรและสถาบันการศึกษา การที่ผู้เรียนจะมีคุณภาพชีวิตที่ดีได้นั้นขึ้นอยู่กับหลายปัจจัยที่จะตอบสนองความต้องการทั้งด้านร่างกายและจิตใจ [4] เนื่องจากปัจจัยที่มีผลต่อคุณภาพชีวิตมีความแตกต่างกันไปตามการรับรู้และประสบการณ์ของแต่ละบุคคล [5] โดยนักศึกษาส่วนใหญ่ต้องการมีคุณภาพชีวิตที่ดีและประสบผลสำเร็จด้านการเรียนเพื่อการประกอบอาชีพที่ดีในอนาคต [6] อย่างไรก็ตามเนื่องจากการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วในยุคปัจจุบัน ไม่ว่าจะเป็นสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 และการพัฒนาอย่างก้าวกระโดดในยุคเทคโนโลยีพลิกผัน (Disruptive Technology) ที่ล้วนส่งผลกระทบต่อการดำเนินชีวิตของผู้เรียน ตลอดจนรูปแบบการจัดการเรียนการสอน ทำให้ผู้เรียนต้องปรับตัวในทุก ๆ ด้านเพื่อให้ทันกับการเปลี่ยนแปลงซึ่งอาจส่งผลกระทบต่อคุณภาพชีวิตของผู้เรียนได้ ประกอบกับมีการศึกษาที่พบว่าคุณภาพชีวิตมีผลโดยตรงกับประสิทธิผลในการเรียนของนักศึกษา [7] ดังนั้น การศึกษาครั้งนี้จึงเป็นการศึกษาเพื่อให้ทราบข้อมูลคุณภาพชีวิตของนักศึกษาในมิติต่าง ๆ เพื่อเป็นแนวทางพัฒนาและปรับปรุงการดำเนินงานที่เกี่ยวข้องกับสถาบันการศึกษาในการส่งเสริมคุณภาพชีวิตที่สอดคล้องกับความเปลี่ยนแปลงในปัจจุบันและตรงตามความต้องการของนักศึกษานับเป็นการสนับสนุนคุณภาพของบัณฑิตที่สำเร็จการศึกษาเพื่อสร้างทรัพยากรบุคคลที่มีศักยภาพอันจะเป็นกำลังสำคัญในการพัฒนาประเทศตามยุทธศาสตร์ของชาติต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาระดับคุณภาพชีวิตของนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยมหิดล วิทยาเขตศาลายา
2. เพื่อเปรียบเทียบระดับคุณภาพชีวิตของนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยมหิดล วิทยาเขตศาลายา ที่มีเพศ กลุ่มวิชาที่ศึกษา ชั้นปี คณะแผนกเฉลี่ยสะสม รายรับต่อเดือน และสถานที่พักอาศัยขณะศึกษาแตกต่างกัน

วิธีดำเนินการวิจัย

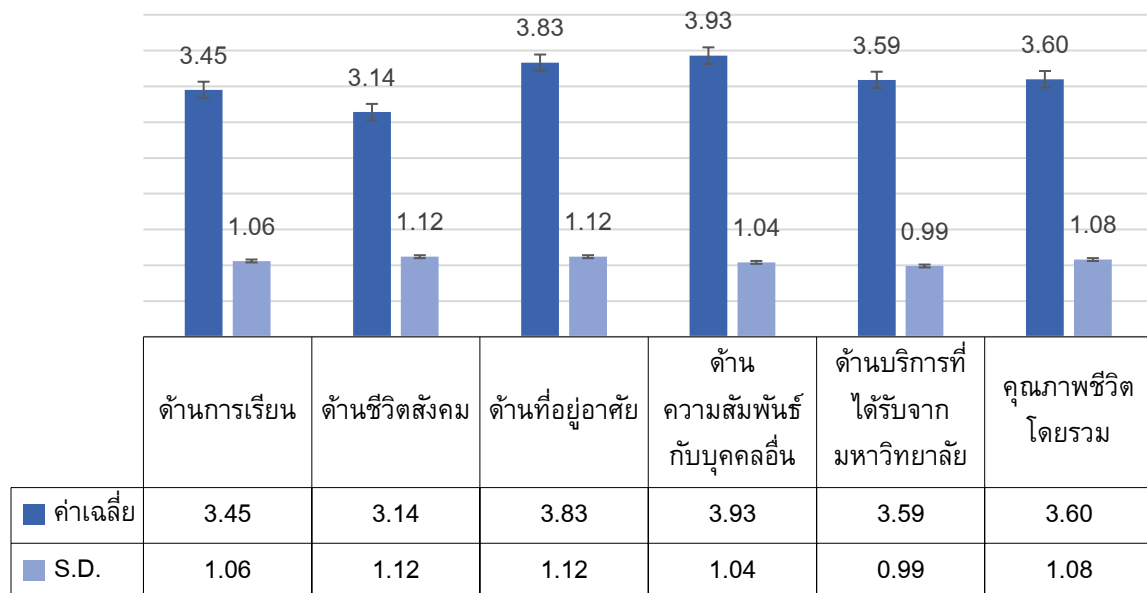
งานวิจัยนี้เป็นงานวิจัยเชิงปริมาณ ได้รับการรับรองโดยคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในคนชุดกลาง มหาวิทยาลัยมหิดล (MU-CIRB) รหัสโครงการ MU-CIRB 2021/100.2402 ประชากร คือ นักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยมหิดล วิทยาเขตศาลายา ในปีการศึกษา 2563 จำนวน 6,681 คน สุ่มตัวอย่างแบบชั้นภูมิตามสัดส่วนของประชากรในแต่ละกลุ่มวิชา แบ่งเป็นกลุ่มวิทยาศาสตร์สุขภาพ จำนวน 2,293 คน คำนวณกลุ่มตัวอย่างได้ 341 คน และกลุ่มวิทยาศาสตร์และสังคมศาสตร์ จำนวน 4,366 คน คำนวณกลุ่มตัวอย่างได้ 366 คน รวมกลุ่มตัวอย่างจำนวน 707 คน ใช้การคำนวณกลุ่มตัวอย่างของทาร์ยามาเน [8] ที่ระดับความเชื่อมั่นร้อยละ 95 ทั้งนี้เนื่องจากมหาวิทยาลัยมหิดลมีจำนวนนักศึกษากลุ่มวิทยาศาสตร์สุขภาพมากที่สุด และรูปแบบการจัดการเรียนการสอนมีความแตกต่างจากกลุ่มวิทยาศาสตร์และสังคมศาสตร์อย่างเด่นชัด ผู้วิจัยจึงสุ่มกลุ่มตัวอย่างแบบชั้นภูมิตามลักษณะกลุ่มวิชาที่แตกต่างกันและเพื่อให้มีการกระจายของกลุ่มตัวอย่างที่ใกล้เคียงกัน ตัวแปรต้นที่ศึกษา คือ ลักษณะส่วนบุคคลประกอบด้วย เพศ กลุ่มวิชาที่ศึกษา ชั้นปีที่กำลังศึกษา คณะแผนกเฉลี่ยสะสม รายได้ที่ได้รับต่อเดือนและสถานที่พักอาศัยระหว่างศึกษา ตัวแปรตาม คือ ระดับคุณภาพชีวิตของนักศึกษา เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น ประกอบด้วย 2 ส่วน คือ ส่วนที่ 1 แบบสอบถามลักษณะส่วนบุคคล ประกอบด้วย เพศ กลุ่มวิชาที่ศึกษา ชั้นปีที่กำลังศึกษา คณะแผนกเฉลี่ยสะสม รายรับต่อเดือนและสถานที่พักอาศัยขณะศึกษา ส่วนที่ 2 แบบสอบถามด้านคุณภาพชีวิตที่สร้างขึ้นตามแนวคิดของ แอนเดอร์ซอร์ท ไวท์และแอนเดอร์สัน [9] จำนวน 5 ด้าน คือ 1) การเรียน 2) ชีวิตสังคม 3) ที่อยู่อาศัย 4) ความสัมพันธ์กับบุคคลอื่น และ 5) บริการที่ได้รับจากมหาวิทยาลัย ลักษณะแบบสอบถามเป็นแบบมาตราส่วนประเมินค่า จำนวน 5 ระดับ ตามมาตรฐานการวัดของลิเคิร์ต ตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือด้านความตรงของเนื้อหาโดยผู้ทรงคุณวุฒิและหาค่าดัชนีความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามกับนิยามศัพท์เฉพาะ (IOC) อยู่ในระดับ

0.93 ตรวจสอบความเชื่อมั่นของแบบสอบถามด้วยการหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค มีค่าความเชื่อมั่นที่ระดับ 0.97 ทำการวิเคราะห์ข้อมูลลักษณะส่วนบุคคลโดยใช้ ความถี่ ร้อยละ และวิเคราะห์ระดับคุณภาพชีวิตของนักศึกษาด้วยค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน แปลผลค่าเฉลี่ยตามความคิดเห็นของกลุ่มตัวอย่างโดยมีเกณฑ์ให้คะแนนแต่ละระดับตามแนวคิดของเบสท์ [10] ดังนี้ ค่าเฉลี่ยระหว่าง 1.00 – 1.80 หมายถึง มีคุณภาพชีวิตระดับแย่มากที่สุด ค่าเฉลี่ยระหว่าง 1.81 – 2.60 หมายถึง มีคุณภาพชีวิตระดับแย่ ค่าเฉลี่ยระหว่าง 2.61 – 3.40 หมายถึง มีคุณภาพชีวิตระดับปานกลาง ค่าเฉลี่ยระหว่าง 3.41 – 4.20 หมายถึง มีคุณภาพชีวิตระดับดี และค่าเฉลี่ยระหว่าง 4.21 – 5.00 หมายถึง มีคุณภาพชีวิตระดับดีที่สุดในระดับคุณภาพชีวิตของนักศึกษาจำแนกตามลักษณะส่วนบุคคลที่มีตัวแปร 2 กลุ่ม ด้วยการทดสอบค่าที (t-Test) และทดสอบความแปรปรวนแบบทางเดียว (One Way ANOVA) สำหรับตัวแปรที่มีมากกว่า 2 กลุ่ม เมื่อพบความแตกต่างจึงทำการทดสอบรายคู่ด้วยวิธีของเชฟเฟ

ผลการวิจัย

ผลการวิจัยพบว่า ลักษณะส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่าง ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง จำนวน 521 คน คิดเป็นร้อยละ 73.7 เพศชาย จำนวน 186 คน คิดเป็นร้อยละ 26.3 กำลังศึกษาในชั้นปีที่ 1 จำนวน 344 คน คิดเป็นร้อยละ 48.7 ชั้นปีที่ 2 จำนวน 147 คน คิดเป็นร้อยละ 20.8 ชั้นปีที่ 3 จำนวน 59 คน คิดเป็นร้อยละ 8.3 ชั้นปีที่ 4 จำนวน 68 คน คิดเป็นร้อยละ 9.6 ชั้นปีที่ 5 จำนวน 55 คน คิดเป็นร้อยละ 7.8 และชั้นปีที่ 6 จำนวน 34 คน คิดเป็นร้อยละ 4.8 โดยกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ศึกษาในกลุ่มวิทยาศาสตร์และสังคมศาสตร์ จำนวน 366 คน คิดเป็นร้อยละ 51.8 และศึกษาในกลุ่มวิทยาศาสตร์สุขภาพ จำนวน 341 คน คิดเป็นร้อยละ 48.2 ด้านคะแนนเฉลี่ยสะสม ส่วนใหญ่มีคะแนนเฉลี่ยสะสมมากกว่า 3.50 จำนวน 280 คน คิดเป็นร้อยละ 39.6 รองลงมาคือคะแนนเฉลี่ยสะสม 3.00-3.49 จำนวน 223 คน คิดเป็นร้อยละ 31.5 คะแนนเฉลี่ยสะสม 2.50-2.99 จำนวน 136 คน คิดเป็นร้อยละ 19.2 คะแนนเฉลี่ยสะสม 2.00-2.49 จำนวน 62 คน คิดเป็นร้อยละ 8.8 และคะแนนเฉลี่ยสะสมน้อยกว่า 1.99 จำนวน 6 คน คิดเป็นร้อยละ 0.8 ด้านรายรับต่อเดือน ส่วนใหญ่มีรายรับ 3,001-5,000 บาทต่อเดือน จำนวน 210 คน คิดเป็นร้อยละ 29.7 รองลงมาคือมีรายรับ 5,001 – 7,000 บาทต่อเดือน จำนวน 140 คน คิดเป็นร้อยละ 19.8 รายรับน้อยกว่า 3,000 บาทต่อเดือน จำนวน 97 คน คิดเป็นร้อยละ 13.7 รายรับมากกว่า 10,000 บาทต่อเดือน จำนวน 94 คน คิดเป็นร้อยละ 13.3 รายรับ 7,001 – 9,000 บาทต่อเดือน จำนวน 86 คน คิดเป็นร้อยละ 12.2 และรายรับ 9,001 – 10,000 บาทต่อเดือน จำนวน 80 คน คิดเป็นร้อยละ 11.3 ด้านสถานที่พักอาศัยระหว่างศึกษา ส่วนใหญ่พักอาศัยที่หอพักนอกมหาวิทยาลัย จำนวน 275 คน คิดเป็นร้อยละ 38.9 รองลงมาคือ พักอาศัยในบ้านของตนเองหรือครอบครัว จำนวน 240 คน คิดเป็นร้อยละ 33.9 พักอาศัยที่หอพักในมหาวิทยาลัย จำนวน 188 คน คิดเป็นร้อยละ 26.6 และพักอาศัยบ้านญาติ จำนวน 4 คน คิดเป็นร้อยละ 0.6

การศึกษาระดับคุณภาพชีวิตของนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยมหิดล วิทยาเขตศาลายา พบว่ามีคุณภาพชีวิตโดยรวมอยู่ในระดับดี ($\bar{X} = 3.60$) โดยด้านที่มีค่าระดับคุณภาพชีวิตสูงที่สุดคือด้านความสัมพันธ์กับบุคคลอื่น ($\bar{X} = 3.93$) รองลงมาคือด้านที่อยู่อาศัย ($\bar{X} = 3.83$) ด้านบริการที่ได้รับจากมหาวิทยาลัย ($\bar{X} = 3.59$) และด้านการเรียน ($\bar{X} = 3.45$) ตามลำดับ โดยคิดเป็นระดับดี ส่วนด้านชีวิตสังคมอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 3.14$) โดยแสดงดังภาพที่ 1



ภาพที่ 1 แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคุณภาพชีวิตของนักศึกษา

การศึกษาเปรียบเทียบระดับคุณภาพชีวิตของนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยมหิดล วิทยาเขตศาลายา ที่มีตัวแปร 2 กลุ่ม จำแนกตามเพศและกลุ่มวิชาที่ศึกษาด้วยการทดสอบค่า t (t-Test) พบว่านักศึกษาที่มีเพศต่างกันมีคุณภาพชีวิตไม่แตกต่างกัน ส่วนนักศึกษาที่มีกลุ่มวิชาที่ศึกษาต่างกันมีคุณภาพชีวิตแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยแสดงดังตารางที่ 1

ตารางที่ 1 แสดงการเปรียบเทียบระดับคุณภาพชีวิตของนักศึกษา จำแนกตามเพศและกลุ่มวิชาที่ศึกษา

คุณภาพชีวิต		N	Mean	Std. Deviation	t	P
เพศ	ชาย	186	3.59	.56978	-.037	.970
	หญิง	521	3.59	.51185		
กลุ่มวิชาที่ศึกษา	วิทยาศาสตร์สุขภาพ	341	3.49	.52740	-4.863	.000*
	วิทยาศาสตร์และสังคมศาสตร์	366	3.68	.51109		

* p-value < .05

การศึกษาเปรียบเทียบระดับคุณภาพชีวิตของนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยมหิดล วิทยาเขตศาลายา ที่มีตัวแปรมากกว่า 2 กลุ่ม โดยจำแนกตามชั้นปีที่กำลังศึกษา คณะแผนกเฉลี่ยสะสม รายรับต่อเดือนและสถานที่พักอาศัยระหว่างศึกษา ด้วยการทดสอบความแปรปรวนทางเดียว (One way ANOVA) พบว่า นักศึกษาที่มีชั้นปีที่กำลัง

ศึกษา คะแนนเฉลี่ยสะสมและสถานที่พักอาศัยระหว่างศึกษาต่างก็มีคุณภาพชีวิตแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนนักศึกษาที่มีรายรับต่อเดือนต่างกันมีคุณภาพชีวิตไม่แตกต่างกัน โดยแสดงดังตารางที่ 2

ตารางที่ 2 แสดงการเปรียบเทียบระดับคุณภาพชีวิตของนักศึกษาที่มีตัวแปรมากกว่า 2 กลุ่ม จำแนกตามชั้นปีที่กำลังศึกษา คะแนนเฉลี่ยสะสม รายรับต่อเดือนและสถานที่พักอาศัยระหว่างศึกษา

คุณภาพชีวิตจำแนกตาม ลักษณะส่วนบุคคล	แหล่งความ แปรปรวน	Df	SS	MS	F	P
ชั้นปีที่กำลังศึกษา	ระหว่างกลุ่ม	5	12.878	2.576	9.844	.000*
	ภายในกลุ่ม	701	183.420	.262		
	รวม	706	196.299			
คะแนนเฉลี่ยสะสม	ระหว่างกลุ่ม	4	4.922	1.230	4.513	.001*
	ภายในกลุ่ม	702	191.377	.273		
	รวม	706	196.299			
รายรับต่อเดือน	ระหว่างกลุ่ม	5	3.407	.681	2.477	0.31
	ภายในกลุ่ม	701	192.891	.275		
	รวม	706	196.299			
สถานที่พักอาศัยระหว่างศึกษา	ระหว่างกลุ่ม	3	3.653	1.218	4.444	0.04*
	ภายในกลุ่ม	703	192.646	.274		
	รวม	706	196.299			

* p-value < .05

จากการศึกษาเปรียบเทียบคุณภาพชีวิตของนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยมหิดล วิทยาเขตศาลายา ที่มีตัวแปรมากกว่า 2 กลุ่ม ด้วยการทดสอบความแปรปรวนทางเดียว (One way ANOVA) พบว่านักศึกษาที่มีชั้นปีที่กำลังศึกษา คะแนนเฉลี่ยสะสม และสถานที่พักอาศัยระหว่างศึกษาต่างก็มีคุณภาพชีวิตแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ จึงทำการทดสอบความแตกต่างเป็นรายคู่ด้วยวิธีของเชฟเฟ พบว่า นักศึกษาชั้นปีที่ 1 มีคุณภาพชีวิตแตกต่างจากนักศึกษาชั้นปีที่ 2 ชั้นปีที่ 3 และชั้นปีที่ 5 แสดงดังตารางที่ 3 และนักศึกษาที่มีคะแนนเฉลี่ยสะสมระหว่าง 3.00-3.49 มีคุณภาพชีวิตแตกต่างจากนักศึกษาที่มีคะแนนเฉลี่ยสะสมมากกว่า 3.51 แสดงดังตารางที่ 4 และนักศึกษาที่พักอาศัยบ้านของตนเองหรือครอบครัวมีคุณภาพชีวิตแตกต่างจากนักศึกษาที่พักอาศัยในหอพักนอกมหาวิทยาลัย แสดงดังตารางที่ 5 โดยมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตารางที่ 3 แสดงการทดสอบความแตกต่างของคุณภาพชีวิตเป็นรายคู่ของนักศึกษาที่มีชั้นปีที่กำลังศึกษาต่างกัน

ชั้นปี	ค่าเฉลี่ย	ชั้นปี 1	ชั้นปี 2	ชั้นปี 3	ชั้นปี 4	ชั้นปี 5	ชั้นปี 6
ชั้นปี 1	3.72	-	.21687*	.34872*	.20585	.33313*	.24817
ชั้นปี 2	3.50		-	.13186	.10056	.11627	.03130
ชั้นปี 3	3.37			-	.14287	.01559	.10056
ชั้นปี 4	3.51				-	.12728	.04231
ชั้นปี 5	3.39					-	.08497
ชั้นปี 6	3.47						-

* p-value < .05

ตารางที่ 4 แสดงการทดสอบความแตกต่างของคุณภาพชีวิตเป็นรายคู่ของนักศึกษาที่มีคะแนนเฉลี่ยสะสมต่างกัน

คะแนนเฉลี่ยสะสม	ค่าเฉลี่ย	น้อยกว่า 1.99	2.00 – 2.49	2.50 – 2.99	3.00 – 3.49	มากกว่า 3.51
น้อยกว่า 1.99	3.29	-	.18016	.26328	.24014	.39469
2.00 – 2.49	3.47		-	.08312	.05999	.21453
2.50 – 2.99	3.55			-	.02313	.13141
3.00 – 3.49	3.51				-	.15455*
มากกว่า 3.51	3.68					-

* p-value < .05

ตารางที่ 5 แสดงการทดสอบความแตกต่างของคุณภาพชีวิตเป็นรายคู่ของนักศึกษาที่มีที่พักอาศัยระหว่างศึกษาต่างกัน

สถานที่พักอาศัยระหว่างศึกษา	ค่าเฉลี่ย	บ้านของตนเอง/ครอบครัว	บ้านญาติ	หอพักในมหาวิทยาลัย	หอพักนอกมหาวิทยาลัย
บ้านของตนเองหรือครอบครัว	3.65	-	.45966	.05495	.13935*
บ้านญาติ	4.11		-	.51460	.59900
หอพักในมหาวิทยาลัย	3.60			-	.08440
หอพักนอกมหาวิทยาลัย	3.60				-

สรุปและอภิปรายผล

จากการศึกษาระดับคุณภาพชีวิตของนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยมหิดล วิทยาเขตศาลายา พบว่ามีคุณภาพชีวิตโดยรวมในระดับดี ($\bar{X} = 3.60$) โดยสามารถอภิปรายคุณภาพชีวิตแยกตามรายด้านได้ดังนี้

1. คุณภาพชีวิตด้านการเรียน เป็นการศึกษาสิ่งที่เกี่ยวข้องกับนักศึกษาในเชิงวิชาการ สภาพแวดล้อมในการเรียน กิจกรรมการสอน การได้รับความรู้ที่เป็นประโยชน์ในการประกอบอาชีพ จากการศึกษพบว่าคุณภาพชีวิตด้านการเรียนอยู่ในระดับดี สอดคล้องกับการศึกษาคุณภาพชีวิตของนักศึกษาวิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดสุพรรณบุรี [11] และคุณภาพชีวิตของนักศึกษพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ราชบุรี ที่พบว่าอยู่ในระดับดี [12] โดยศึกษาพบว่าครอบครัวสนับสนุนให้นักศึกษาเรียนในมหาวิทยาลัยมหิดล และนักศึกษาคิดว่ามหาวิทยาลัยมหิดลเป็นสถาบันการศึกษาที่มีคุณภาพ อาจารย์มีความเชี่ยวชาญเปิดโอกาสให้นักศึกษาซักถามและแสดงความคิดเห็น เนื่องจากมหาวิทยาลัยมหิดลเป็นสถาบันการศึกษาที่มีความโดดเด่นในด้านการเรียนการสอน โดยเฉพาะกลุ่มวิทยาศาสตร์สุขภาพ มีโรงพยาบาลระดับประเทศที่ให้บริการด้านสุขภาพแก่ประชาชน ซึ่งเป็นประโยชน์ทั้งในด้านการเรียนการสอนและการจัดสวัสดิการให้กับนักศึกษา มีวิสัยทัศน์ด้านการศึกษาและเป้าหมายการผลิตบัณฑิตที่ทันต่อการเปลี่ยนแปลงของสังคมโลก และมีแผนยุทธศาสตร์ของมหาวิทยาลัยที่สอดคล้องกับเป้าหมายเพื่อการพัฒนาที่ยั่งยืน (Sustainable Development Goals: SDGs) ขององค์การสหประชาชาติ รวมถึงกำหนดวัตถุประสงค์เชิงกลยุทธ์ในการพัฒนาคุณภาพการศึกษาและหลักสูตรที่มีความหลากหลาย ตรงตามความต้องการของผู้เรียนและสร้างบัณฑิตให้มีศักยภาพในระดับสากล ซึ่งการกำหนดเป้าหมายที่ชัดเจนนั้นนำไปสู่กลยุทธ์การพัฒนาการเรียนการสอน การจัดกิจกรรมพัฒนานักศึกษา รวมถึงการให้บริการในด้านสิ่งอำนวยความสะดวกและสิ่งสนับสนุนการเรียนรู้ต่าง ๆ เช่น การพัฒนาอาจารย์ที่ตอบสนองต่อกระบวนการจัดการเรียนการสอนรูปแบบใหม่ ผลักดันหลักสูตรให้ได้รับการรับรองตามเกณฑ์มาตรฐานสากล และพัฒนาหลักสูตรบูรณาการที่มีความยืดหยุ่นหลากหลาย ตอบสนองต่อยุทธศาสตร์ของชาติ พัฒนาศักยภาพนักศึกษาและกระบวนการจัดกิจกรรมพัฒนานักศึกษาให้ตอบสนองต่อการเป็นพลเมืองโลกที่มีศักยภาพในระดับสากล [13] ประกอบกับบริบททางการศึกษาที่เปลี่ยนแปลงไป

เนื่องจากความก้าวหน้าของเทคโนโลยี มหาวิทยาลัยจึงมีการพัฒนานวัตกรรมทางการศึกษาที่สอดคล้องกับรูปแบบการดำเนินชีวิตของผู้เรียนในยุคปัจจุบันบนพื้นฐานของทฤษฎีการเรียนรู้ต่าง ๆ โดยมุ่งเน้นการพัฒนากระบวนการเรียนรู้ที่ผสมผสานระหว่างการเรียนรู้ในชั้นเรียนและการเรียนรู้ด้วยเทคโนโลยีใหม่ ๆ เช่น บทเรียนออนไลน์รูปแบบต่าง ๆ เทคโนโลยีความจริงเสมือน(VR) และเทคโนโลยีโลกเสมือน (AR) ที่ช่วยสนับสนุนการเรียนการสอนทั้งด้านความรู้และทักษะทางวิชาชีพ เพื่อให้สามารถประกอบวิชาชีพได้อย่างมีประสิทธิภาพและมีคุณลักษณะที่พึงประสงค์ในศตวรรษที่ 21

2. คุณภาพชีวิตด้านจิตสังคม เป็นการศึกษากิจกรรมทางสังคมที่นอกเหนือไปจากการเรียน การมีส่วนร่วมในกิจกรรมต่าง ๆ ซึ่งผลการศึกษาอยู่ในระดับปานกลาง สอดคล้องกับการศึกษาคุณภาพชีวิตของแพทย์ประจำบ้านในโรงพยาบาลสงขลานครินทร์ด้านความสัมพันธ์ทางสังคมที่พบว่าอยู่ในระดับปานกลาง [14] และมีการศึกษาในต่างประเทศพบว่านักศึกษากลุ่มวิทยาศาสตร์การแพทย์มีระดับคุณภาพชีวิตด้านจิตสังคมต่ำกว่ากลุ่มอื่น ๆ [15] เมื่อศึกษาเป็นรายข้อพบว่าข้อที่มีคะแนนเฉลี่ยน้อยที่สุดคือการมีเวลาพักผ่อนที่เพียงพอ ทั้งนี้ เนื่องจากนักศึกษาต้องใช้เวลาในการเรียนและทำงานที่ได้รับมอบหมาย รวมถึงต้องใช้เวลาในการเตรียมตัวสอบค่อนข้างมาก ทำให้ไม่มีเวลาพักผ่อนอย่างเพียงพอ โดยพบว่านักศึกษาคณะทันตแพทยศาสตร์ในประเทศเวียดนามมีคุณภาพชีวิตด้านสุขภาพจิตค่อนข้างต่ำ เนื่องจากต้องใช้เวลาในการเรียนวันละ 8 ชั่วโมง จนทำให้เกิดความเครียด วิตกกังวล และขาดกิจกรรมทางสังคม ซึ่งกิจกรรมทางสังคมต่าง ๆ เช่น การออกกำลังกาย กิจกรรมนันทนาการ มีความสัมพันธ์ทางบวกกับคุณภาพชีวิต [7] นอกจากนี้ยังพบว่าความเครียดมีความสัมพันธ์กับการเสื่อมถอยของคุณภาพชีวิตอีกด้วย [16] และจากสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19) ทำให้กิจกรรมนักศึกษาบางส่วนต้องยกเลิกไปหรือจัดขึ้นในรูปแบบฐานวิถีชีวิตใหม่ (new normal) ที่อยู่ภายใต้มาตรการป้องกันการแพร่ระบาดและควบคุมโรค จากข้อจำกัดดังกล่าวทำให้นักศึกษาไม่มีโอกาสได้มีปฏิสัมพันธ์ทางตรงและทำกิจกรรมต่าง ๆ ร่วมกับเพื่อน รุ่นพี่และรุ่นน้องตามรูปแบบเดิมที่คุ้นเคย โดยนักศึกษาจำเป็นต้องปรับตัวไปตามสถานการณ์ที่เปลี่ยนแปลงไปอย่างกะทันหันจนไม่มีเวลาเพียงพอเพื่อการปรับตัว จึงมีส่วนทำให้คุณภาพชีวิตด้านสังคมอยู่ในระดับปานกลาง เนื่องจากการปรับตัวในระหว่างการเรียนเป็นปัจจัยสำคัญที่สุดที่มีผลกระทบต่อคุณภาพชีวิต [6]

3. คุณภาพชีวิตด้านที่อยู่อาศัย เป็นการศึกษาสภาพความเป็นอยู่ของนักศึกษาระหว่างศึกษา ความปลอดภัย สภาพแวดล้อม สาธารณูปโภคขั้นพื้นฐาน จากการศึกษาพบว่าอยู่ในระดับดี เช่นเดียวกับการศึกษาคุณภาพชีวิตด้านที่อยู่อาศัยของนักศึกษาพยาบาลพบว่าอยู่ในระดับดี โดยนักศึกษามีความรู้สึกว่าที่พักปลอดภัย และสงบสุข มีการคมนาคมสะดวกและมีระบบสาธารณูปโภคที่ดี [12] เนื่องจากการศึกษาปีการศึกษา 2563 มีการจัดการเรียนการสอนในรูปแบบทางไกลเป็นหลักเพื่อลดความเสี่ยงในการแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 นักศึกษาส่วนใหญ่พักอาศัยที่บ้านของตนเองจึงทำให้นักศึกษารู้สึกปลอดภัย มีความคุ้นเคยกับสภาพแวดล้อมและการใช้ชีวิตประจำวัน โดยมีการศึกษาที่พบว่านักศึกษาที่พักอาศัยอยู่กับครอบครัวจะมีคุณภาพชีวิตสูงกว่ากลุ่มอื่น ๆ เนื่องจากครอบครัวช่วยสนับสนุนด้านการเงิน โดยลดค่าใช้จ่ายด้านที่พักและอาหารในแต่ละวันได้มากกว่าการพักอาศัยในหอพัก [7] อย่างไรก็ตาม สำหรับนักศึกษาที่พักอาศัยในหอพักของมหาวิทยาลัยนั้น มีการจัดระบบรักษาความปลอดภัย จำกัดบุคคลเข้า-ออกพื้นที่ และมีสิ่งอำนวยความสะดวกอย่างครบถ้วน ซึ่งนักศึกษาจะมีความพึงพอใจต่อความสะดวกสบายในการดำรงชีวิตที่เหมาะสมกับสภาพสังคมปัจจุบันที่ทำให้การใช้ชีวิตประจำวันมีความสมบูรณ์มากขึ้น [17]

4. คุณภาพชีวิตด้านความสัมพันธ์กับบุคคลอื่น เป็นการศึกษาความสัมพันธ์ภายในครอบครัวและระหว่างเพื่อนร่วมชั้นเรียน การมีกิจกรรมร่วมกัน การใช้ชีวิตร่วมกับผู้อื่นได้อย่างปกติสุข จากการศึกษาพบว่าอยู่ในระดับดี และเป็นด้านที่มีค่าระดับสูงที่สุด สอดคล้องกับการศึกษาที่พบว่านักศึกษาระดับปริญญาตรี คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร มีระดับคุณภาพชีวิตด้านความสัมพันธ์กับบุคคลอื่นอยู่ในระดับดี [17] และยังพบว่านักศึกษาพยาบาลวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ราชบุรี มีระดับคุณภาพชีวิตด้านความสัมพันธ์กับบุคคลอื่นสูงที่สุด [12] ทั้งนี้

เนื่องจากเทคโนโลยีด้านการสื่อสารในปัจจุบันทำให้การติดต่อสื่อสารระหว่างบุคคลมีรูปแบบที่หลากหลายทั้งภาพและเสียง สามารถเข้าถึงได้ง่ายและสะดวกมากขึ้น ทำให้ความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกในครอบครัวและเพื่อนกลุ่มต่าง ๆ มีความใกล้ชิดกันมากขึ้นแม้จะอยู่ห่างไกลกัน ประกอบกับในช่วงการแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 สถาบันการศึกษาส่วนใหญ่มีมาตรการให้จัดการเรียนการสอนแบบทางไกล นักศึกษาส่วนใหญ่จึงได้พักอาศัยที่บ้านของตนเองทำให้มีเวลาใกล้ชิดกับครอบครัวมากขึ้น การที่สมาชิกในครอบครัวมีปฏิสัมพันธ์กัน มีกิจกรรมร่วมกันเป็นปัจจัยที่สร้างความพึงพอใจให้กับชีวิตได้ โดยการสนับสนุนด้านการเรียนของผู้ปกครองมีความสัมพันธ์ทางบวกกับคุณภาพชีวิตของนักศึกษา [18] นอกจากนี้ มีการศึกษาพบว่าคุณภาพชีวิตด้านสุขภาพจิตและความสัมพันธ์ของนักศึกษาในช่วงการแพร่ระบาดของโรคโควิด-19 มีระดับต่ำกว่าค่าเฉลี่ยช่วงปกติ แต่การสนับสนุนทางสังคมและครอบครัวสามารถเพิ่มระดับคุณภาพชีวิตในช่วงดังกล่าวได้ [19] นอกจากนี้มีการศึกษาพบว่าปัจจัยด้านสัมพันธ์ภาพระหว่างนักศึกษาด้วยกัน มีความสัมพันธ์ทางบวกกับคุณภาพชีวิตโดยรวมของนักศึกษาพยาบาล โดยเป็นพฤติกรรมที่ช่วยเหลือซึ่งกันและกัน ให้กำลังใจ ยอมรับความแตกต่างระหว่างบุคคล มีการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นและความร่วมมือกัน เป็นความผูกพันที่เกี่ยวข้องกันระหว่างบุคคลหรือต่อกลุ่ม มีการแสดงออกต่อกันในทางที่ดี ซึ่งกลุ่มเพื่อนนับเป็นองค์ประกอบหนึ่งที่มีความสำคัญต่อการใช้ชีวิตในมหาวิทยาลัย [4]

5. คุณภาพชีวิตด้านบริการที่ได้รับจากมหาวิทยาลัย เป็นการศึกษาเกี่ยวกับให้บริการ กิจกรรม หรือสิ่งอำนวยความสะดวกที่มหาวิทยาลัยจัดขึ้น เพื่อให้นักศึกษาได้รับประโยชน์ในการดำรงชีวิตและสนับสนุนการเรียนการสอน โดยศึกษาพบว่าอยู่ในระดับดี เนื่องจากพื้นที่ในมหาวิทยาลัยมหิดล วิทยาเขตศาลายา มีความปลอดภัย นักศึกษาได้รับความสะดวกสบายจากบริการที่มหาวิทยาลัยจัดให้ เช่น การให้บริการของสำนักหอสมุด มีห้องน้ำที่สะอาดและเพียงพอ มีสภาพแวดล้อมที่สร้างบรรยากาศแห่งการเรียนรู้ การพัฒนาเทคโนโลยีและโปรแกรมประยุกต์ที่ทันสมัยเพื่อให้บริการอย่างเหมาะสมและทันกับสถานการณ์ มีพื้นที่สำหรับออกกำลังกายและกิจกรรมนันทนาการจากการศึกษาพบว่า นักศึกษาที่มีกิจกรรมทางกายมีความสัมพันธ์ทางบวกกับระดับคุณภาพชีวิต [20] และการออกกำลังกายส่งเสริมให้บุคคลมีสุขภาพกายและสุขภาพจิตที่ดีซึ่งช่วยเพิ่มระดับคุณภาพชีวิตได้ [21] เช่นเดียวกับการศึกษาที่พบว่าคุณภาพชีวิตในด้านบริการที่ได้รับจากมหาวิทยาลัยของนักศึกษาแพทย์อยู่ในระดับดี คือ มีสื่อการเรียนรู้ที่ทันสมัย มีสวัสดิการในการดูแลสุขภาพพยาบาลที่ดี มีบริการให้คำปรึกษาสำหรับนักศึกษา [22] และมีการศึกษาที่พบว่าปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ทางบวกกับคุณภาพชีวิตของนักศึกษา ได้แก่ ปัจจัยด้านสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยและการให้บริการแก่นักศึกษา [23] อีกทั้งยังสอดคล้องกับกรอบแนวคิดเกี่ยวกับคุณภาพชีวิตของ WHO ในมิติด้านสภาพแวดล้อม คือ การมีคุณภาพชีวิตที่ดีจะต้องมีสิ่งแวดล้อมและบรรยากาศที่ดี มีสิ่งอำนวยความสะดวกที่เพียงพอ [2]

จากการศึกษาเปรียบเทียบระดับคุณภาพชีวิตของนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยมหิดล วิทยาเขตศาลายา ที่มีเพศ กลุ่มวิชาที่ศึกษา ชั้นปีที่กำลังศึกษา คะแนนเฉลี่ยสะสม รายรับต่อเดือนและสถานที่พักอาศัยระหว่างศึกษาต่างกันนั้น พบว่า นักศึกษาที่มีชั้นปีที่กำลังศึกษา กลุ่มวิชาที่ศึกษา คะแนนเฉลี่ยสะสมและสถานที่พักอาศัยระหว่างศึกษาต่างกัน มีระดับคุณภาพชีวิตแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนนักศึกษาที่มีเพศและรายรับต่อเดือนต่างกันมีระดับคุณภาพชีวิตไม่แตกต่างกัน สามารถอภิปรายผลได้ดังนี้

นักศึกษาที่มีเพศต่างกันมีระดับคุณภาพชีวิตไม่แตกต่างกัน มีการศึกษาจำนวนมากที่พบว่านักศึกษาที่มีเพศต่างกันมีระดับคุณภาพชีวิตไม่แตกต่างกัน [23,15] ทั้งนี้เนื่องจากนักศึกษาทุกคนอยู่ในสภาพแวดล้อมภายในมหาวิทยาลัยและสถานการณ์ต่าง ๆ ที่เหมือนกันตั้งแต่เริ่มเข้าศึกษา ทั้งในด้านหลักสูตร การจัดการเรียนการสอนงานที่ได้รับมอบหมาย กิจกรรมพัฒนานักศึกษาและบริการต่าง ๆ ที่หลักสูตรและมหาวิทยาลัยจัดให้นักศึกษาอย่างเท่าเทียมกัน จึงทำให้ระดับคุณภาพชีวิตของนักศึกษาไม่แตกต่างกัน นอกจากนี้ มหาวิทยาลัยมหิดลยังให้ความสำคัญกับสิทธิและเสรีภาพในการแสดงออกทางเพศของนักศึกษา โดยมีประกาศให้นักศึกษาสามารถแต่งกายด้วยเครื่องแต่งกายนักศึกษาตามอัตลักษณ์ทางเพศ เพศสภาพหรือเพศภาวะที่ไม่ตรงกับเพศกำเนิดได้ จึงทำให้นักศึกษาที่มีเพศต่างกันไม่รู้สึกแปลกแยกในการดำรงชีวิตในมหาวิทยาลัย

นักศึกษาที่มีกลุ่มวิชาที่ศึกษาต่างกัน มีระดับคุณภาพชีวิตแตกต่างกัน เมื่อพิจารณาจากค่าเฉลี่ยพบว่า นักศึกษากลุ่มวิทยาศาสตร์สุขภาพมีค่าเฉลี่ยคุณภาพชีวิตในภาพรวมน้อยกว่านักศึกษาที่ศึกษาในกลุ่มวิทยาศาสตร์ และสังคมศาสตร์ สอดคล้องกับการศึกษาที่พบว่านักศึกษากลุ่มวิทยาศาสตร์การแพทย์มีระดับคุณภาพชีวิตต่ำกว่ากลุ่มอื่น ๆ เนื่องจากมีความเครียดจากการแข่งขันที่สูง ขาดเวลาที่เป็นอิสระ และมีความวิตกกังวล พักผ่อนน้อยและมีโอกาสทำกิจกรรมนันทนาการน้อยกว่ากลุ่มอื่น [24] ทั้งนี้หลักสูตรในกลุ่มวิทยาศาสตร์สุขภาพเป็นหลักสูตรวิชาชีพที่ต้องใช้เวลาในการฝึกปฏิบัติหรือฝึกงานในสถานที่จริงเพื่อเพิ่มพูนทักษะทางคลินิกและประสบการณ์ทางวิชาชีพค่อนข้างมาก เนื่องจากหากผู้เรียนยังขาดทักษะและประสบการณ์ในการปฏิบัติงานในสถานการณ์จริง จะทำให้เกิดความเสี่ยงต่อผู้รับบริการได้ ซึ่งจากสถานการณ์ดังกล่าวอาจทำให้นักศึกษามีเวลาในการพักผ่อนน้อย มีความกดดันและภาวะเครียดจนทำให้เกิดปัญหาทางสุขภาพได้ โดยนักศึกษายาบาลระบุว่าภาระงานที่หนักเกินไปส่งผลให้คุณภาพชีวิตแย่ลง [6] รวมถึงเนื้อหาวิชาที่ค่อนข้างมากและความซับซ้อน ส่งผลให้เกิดความเครียดและวิตกกังวลมากกว่านักศึกษาที่ศึกษาในกลุ่มอื่น โดยจากการศึกษาปัจจัยทำนายคุณภาพชีวิตของนักศึกษายาบาลซึ่งเป็นกลุ่มวิชาวิทยาศาสตร์สุขภาพ พบว่า เนื้อหาการเรียนภาคทฤษฎีมีความยากและซับซ้อน ต้องอ่าน ท่องจำและทำความเข้าใจในหลายวิชาพร้อม ๆ กัน ส่วนในภาคปฏิบัติต้องใช้ความอดทนและความพยายาม มีความรับผิดชอบ ฝึกพาตนเองสูง ทำงานแข่งกับเวลา และฝึกปฏิบัติทางคลินิกเป็นระยะเวลานานส่งผลให้เกิดความเครียดและวิตกกังวล [3]

นักศึกษาที่มีชั้นปีที่กำลังศึกษาต่างกัน มีระดับคุณภาพชีวิตที่แตกต่างกัน สอดคล้องกับการศึกษาของวิรงรอง สิตไทย และคณะ [23] และ เพ็ญจมาศ คำระนะ และคณะ [5] โดยเมื่อศึกษาความแตกต่างเป็นรายคู่พบว่า นักศึกษาชั้นปีที่ 1 มีระดับคุณภาพชีวิตแตกต่างจากนักศึกษาชั้นปีที่ 2 ชั้นปีที่ 3 และชั้นปีที่ 5 เนื่องจากการเรียนการสอนในแต่ละชั้นปีมีเนื้อหาและรูปแบบการเรียนการสอนที่แตกต่างกัน โดยมีการศึกษาที่พบว่าระดับคุณภาพชีวิตของนักศึกษาขึ้นอยู่กับจำนวนงานที่ได้รับมอบหมาย [25] โดยสอดคล้องกับการศึกษาในประเทศมาเลเซียที่พบว่า นักศึกษาแพทย์ชั้นปีที่ 5 มีระดับความเครียดมากกว่าชั้นปีอื่น ๆ เนื่องจากมีงานที่ได้รับมอบหมายจำนวนมากและต้องใช้เวลาในการฝึกทักษะในโรงเรียนแพทย์เพิ่มเติมอีกด้วย [15] ในขณะที่การเรียนในชั้นปีที่ 1 ส่วนใหญ่เป็นรายวิชาในหมวดวิชาศึกษาทั่วไป ซึ่งเป็นหมวดวิชาที่ไม่ได้มุ่งเน้นเนื้อหาของวิชาชีพโดยตรง จึงมีความยากและความซับซ้อนของเนื้อหา รวมถึงเวลาที่ใช้ในการทบทวนบทเรียนและการเตรียมตัวสอบไม่มากเท่ากับการเรียนในชั้นปีที่สูงกว่า นักศึกษาจึงมีเวลาที่เพียงพอสำหรับการพักผ่อนและทำกิจกรรมที่มีความสนใจนอกเหนือจากการเรียน และจากสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 ทำให้นักศึกษาชั้นปีที่ 1 ต้องศึกษาด้วยรูปแบบทางไกล โดยพักอาศัยอยู่ที่บ้านของตนเองซึ่งเป็นสิ่งแวดล้อมที่นักศึกษาคุ้นเคยและรู้สึกปลอดภัย จึงส่งผลให้ระดับคุณภาพชีวิตสูงกว่าชั้นปีอื่น ๆ แต่อย่างไรก็ตามหากนักศึกษาต้องกลับเข้าศึกษาในชั้นเรียนตามปกติอาจส่งผลกระทบต่อระดับคุณภาพชีวิตในทิศทางตรงกันข้ามได้ เนื่องจากนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ส่วนใหญ่มีความกังวลเรื่องการปรับตัวในช่วงระยะเวลาแรกที่เข้าศึกษา เพราะยังไม่คุ้นเคยกับสิ่งแวดล้อมในหลาย ๆ ด้าน โดยมีการศึกษาพบว่านักศึกษาชั้นปีแรกจะได้รับผลกระทบด้านการปรับตัวมากกว่านักศึกษาชั้นปีอื่น ๆ เนื่องจากเกิดความกังวลเมื่อต้องอยู่ท่ามกลางสังคมและสภาพแวดล้อมใหม่ [15] ซึ่งความกังวลนี้จะส่งผลกระทบต่อคุณภาพชีวิตให้ต่ำลงในระยะหนึ่งจนกว่านักศึกษาจะสามารถปรับตัวได้ [6]

นักศึกษาที่มีคะแนนเฉลี่ยสะสมต่างกัน มีระดับคุณภาพชีวิตแตกต่างกัน โดยคู่ที่แตกต่างกันคือนักศึกษาที่มีคะแนนเฉลี่ยสะสมระหว่าง 3.00-3.49 กับนักศึกษาที่มีคะแนนเฉลี่ยสะสมมากกว่า 3.51 โดยเมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่าคุณภาพชีวิตด้านที่แตกต่างกันคือคุณภาพชีวิตด้านการเรียนและคุณภาพชีวิตด้านชีวิตสังคม สอดคล้องกับการศึกษาของพรรณิการ์ พุ่มจันทร์ ที่พบว่านักศึกษาแพทย์ที่มีคะแนนเฉลี่ยสะสม 3.00-3.49 มีระดับคุณภาพชีวิตในด้านความสัมพันธ์กับบุคคลอื่นแตกต่างจากนักศึกษาแพทย์ที่มีคะแนนเฉลี่ยสะสม 3.50 – 4.00 [22] และการศึกษาที่พบว่านักศึกษาที่มีคะแนนเฉลี่ยสะสมอยู่ระหว่าง 3.50 – 4.00 มีคุณภาพชีวิตด้านจิตใจแตกต่างจากนักศึกษาที่มีคะแนนเฉลี่ยสะสมอยู่ระหว่าง 2.50 – 2.99 และ 3.00-3.49 โดยนักศึกษาที่มีผลการเรียนต่ำมักมีความวิตกกังวล

กดดันและขาดความมั่นใจด้านการเรียนมากกว่านักศึกษาที่มีผลการเรียนสูงโดยเฉพาะในช่วงของการสอบ เนื่องจากสภาพในการเป็นนักศึกษาทำให้นักศึกษาส่วนใหญ่มีความรู้สึกตึงเครียดในเรื่องการศึกษาเป็นเรื่องหลักของชีวิต ซึ่งผลการเรียนหรือคะแนนเฉลี่ยสะสม เป็นสัญลักษณ์สำคัญที่แสดงออกถึงการให้คุณค่าของการศึกษา และคุณค่าของชีวิต จึงทำให้นักศึกษาที่มีคะแนนเฉลี่ยสะสมสูงมีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง ยอมรับนับถือตนเอง ตระหนักถึงเป้าหมายของชีวิตตามทฤษฎีความต้องการของมนุษย์ขั้นที่ 4 ของมาสโลว์ ซึ่งการรับรู้ความรู้สึกทางบวกที่บุคคลมีต่อตนเอง มีความภาคภูมิใจในตนเอง การรับรู้ความสามารถในการเรียนรู้ของตน ส่งผลในทางที่ดีต่อการดำเนินชีวิต [24]

นักศึกษามีรายรับต่อเดือนต่างกันมีคุณภาพชีวิตในภาพรวมไม่แตกต่างกัน ทั้งนี้เนื่องจากรายรับที่นักศึกษาได้รับแม้จะมีความแตกต่างกันแต่มีความเหมาะสมกับลักษณะความเป็นอยู่และการใช้ชีวิตของนักศึกษา โดยนักศึกษาส่วนใหญ่มีรายรับ 3,001-5,000 บาทต่อเดือน ซึ่งสอดคล้องกับข้อมูลด้านสถานที่พักอาศัยในปัจจุบันของนักศึกษา ที่ส่วนใหญ่พักอาศัยอยู่ที่บ้านของตนเองจึงทำให้มีรายจ่ายไม่มากนัก ดังนั้น การที่นักศึกษามีรายรับต่อเดือนต่างกัน จึงทำให้ระดับคุณภาพชีวิตโดยรวมไม่แตกต่างกัน สอดคล้องกับการศึกษาของภัทรพล มหพันธ์ ที่พบว่านักศึกษามีรายรับต่อเดือนต่างกันมีระดับคุณภาพชีวิตไม่แตกต่างกัน [17] และการศึกษาที่พบว่ารายรับต่อเดือนของนักศึกษาเป็นปัจจัยที่ไม่ส่งผลต่อความแตกต่างของระดับคุณภาพชีวิตของนักศึกษา [18] แต่อย่างไรก็ตามมีการศึกษาที่พบว่าสถานภาพด้านการเงินมีความสัมพันธ์กับระดับคุณภาพชีวิตของนักศึกษา [15] ซึ่งปัจจุบันสภาพเศรษฐกิจโลกมีแนวโน้มที่จะเปลี่ยนแปลงไปในทางลบ จึงอาจส่งผลต่อคุณภาพชีวิตของนักศึกษาในอนาคตได้

นักศึกษาที่มีสถานที่พักอาศัยระหว่างศึกษาต่างกัน มีระดับคุณภาพชีวิตแตกต่างกัน โดยคู่ที่แตกต่างกันคือบ้านของตนเองหรือครอบครัวย้ายหอพักนอกมหาวิทยาลัย โดยนักศึกษาที่พักอาศัยที่บ้านของตนเองหรือครอบครัวยังมีระดับคุณภาพชีวิตสูงกว่าหอพักนอกมหาวิทยาลัย ทั้งนี้ เนื่องจากนักศึกษาที่พักอาศัยที่บ้านตนเองจะมีความคุ้นเคยกับการใช้ชีวิตประจำวัน สภาพแวดล้อมและบรรยากาศโดยรอบ รวมถึงการมีสมาชิกในครอบครัวที่เอาใจใส่ ให้ความช่วยเหลือและสนับสนุน ซึ่งครบถ้วนตามองค์ประกอบคุณภาพชีวิตทั้ง 4 มิติขององค์การอนามัยโลก [2] และยังมีการศึกษาที่พบว่านักศึกษานักศึกษาที่พักอาศัยอยู่กับครอบครัวจะมีคุณภาพชีวิตสูงกว่ากลุ่มอื่น ๆ เนื่องจากจะมีครอบครัวสนับสนุนด้านการเงิน สามารถประหยัดค่าใช้จ่ายด้านที่พักและอาหารในแต่ละวัน ซึ่งสามารถยกระดับคุณภาพชีวิตได้ [15] นอกจากนี้การที่นักศึกษาได้ใกล้ชิดกับครอบครัว มีการดูแลเอาใจใส่ ให้คำปรึกษาในเรื่องต่าง ๆ ทำให้นักศึกษามีความอบอุ่น ลดปัญหาในการดำเนินชีวิตได้ [4] ในขณะที่นักศึกษาที่พักอาศัยในหอพักนอกมหาวิทยาลัยจำเป็นต้องห่างไกลกับครอบครัวและอาจไม่ได้รับความสะดวกสบายในการดำเนินชีวิตเท่าที่ควร

จากผลการศึกษาพบว่า นักศึกษามีระดับคุณภาพชีวิตโดยรวมอยู่ในระดับดี โดยคุณภาพชีวิตด้านที่มีระดับต่ำที่สุดคือด้านชีวิตสังคม และจากการศึกษาเปรียบเทียบตามปัจจัยส่วนบุคคลพบว่า นักศึกษาที่มีกลุ่มวิชาที่ศึกษาชั้นปีที่กำลังศึกษา คะแนนเฉลี่ยสะสม สถานที่พักอาศัยระหว่างศึกษาต่างกัน มีระดับคุณภาพชีวิตแตกต่างกัน ข้อเสนอแนะเชิงนโยบายสถาบันการศึกษาควรพัฒนาคุณภาพชีวิตรวมถึงชีวิตความเป็นอยู่ที่ดีของนักศึกษาด้วยการสนับสนุนสิ่งอำนวยความสะดวกด้านการเรียนรู้ในรูปแบบที่สอดคล้องกับการเปลี่ยนแปลงในยุคปัจจุบันด้วยการเรียนรู้แบบผสมผสานโดยใช้เทคโนโลยีการเรียนรู้ที่ทันสมัย ควบคู่ไปกับการสนับสนุนกิจกรรมทางสังคมที่เสริมสร้างทักษะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ 21 และควรตระหนักถึงผลกระทบต่อสภาพจิตใจและการปรับตัวของนักศึกษาที่อาจเกิดขึ้นได้จากการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว เช่น สถานการณ์โรคระบาด การเปลี่ยนแปลงของเทคโนโลยีอย่างก้าวกระโดด สภาพแวดล้อม รวมถึงภาวะวิกฤตต่าง ๆ ให้ครอบคลุมนักศึกษาทุกกลุ่ม โดยมุ่งเน้นความเท่าเทียมกันทางการศึกษา นอกจากนี้สถาบันการศึกษาควรมีการเตรียมความพร้อมและการบริหารจัดการความเสี่ยงในสถานการณ์ฉุกเฉิน เพื่อให้คงคุณภาพของการจัดการศึกษาและสนับสนุนคุณภาพชีวิตที่ดีให้กับนักศึกษาได้อย่างเหมาะสมกับสถานการณ์ความไม่แน่นอนที่อาจเกิดขึ้นในอนาคต และในเชิงปฏิบัติการนั้นควรสนับสนุนกิจกรรมทางสังคมในรูปแบบต่าง ๆ ที่เหมาะสมกับนักศึกษาในแต่ละกลุ่ม สนับสนุนให้นักศึกษามีการบริหารจัดการเวลาอย่างเหมาะสม รวมถึงปรับตาราง

เรียนให้มีความยืดหยุ่นเพื่อให้นักศึกษาได้มีโอกาสทำกิจกรรมทางสังคมและกิจกรรมเพื่อพัฒนาตนเองในด้านที่มีความสนใจนอกเหนือจากการเรียนในหลักสูตร เพื่อให้มีความรอบรู้เท่าทันการเปลี่ยนแปลงของโลก

เอกสารอ้างอิง

- [1] ราชกิจจานุเบกษา. (2561, 17 สิงหาคม). ประกาศกระทรวงศึกษาธิการ เรื่อง มาตรฐานการอุดมศึกษา พ.ศ. 2561. เล่ม 135 ตอนพิเศษ 199 ง.
- [2] ปิยะวัฒน์ ตริวิทย์. (2559). กรอบแนวคิดเกี่ยวกับคุณภาพชีวิต. *วารสารเทคนิคการแพทย์เชียงใหม่*, 49(2), 171-184.
- [3] แสงเทียน ธรรมลิขิตกุล, และสิริรัก สินอุดมผล. (2562). ปัจจัยทำนายคุณภาพชีวิตของนักศึกษาพยาบาล คณะพยาบาลศาสตร์เพื่อการรู้ณ มหาวิทยาลัยนวมินทราชินรา. *วารสารเพื่อการรู้ณ*, 26(1), 55-75.
- [4] พิษายวีร์ สินสวัสดิ์, และเบญจวรรณ พิทาร์ต. (2559). ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยคัดสรรกับคุณภาพชีวิตของนักศึกษาพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ราชบุรี. *วารสารเพื่อการรู้ณ*, 23(1), 7-20.
- [5] เพ็ญมาศ คำชนะ, สรรัตน์ พลอินทร์, ภคพร กลิ่นหอม, และพงษ์ศักดิ์ ปานดี. (2562). คุณภาพชีวิตของนักศึกษาพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลพระจอมเกล้า จังหวัดเพชรบุรี. *วารสารพยาบาลศาสตร์มหาวิทยาลัยสยาม*, 20(38), 123-133.
- [6] จินตนา กิ่งแก้ว, และณัฐธยาน์ บุญมาก (2561). คุณภาพชีวิตของนักศึกษาพยาบาล มหาวิทยาลัยเฉลิมกาญจนา จังหวัดศรีสะเกษ. *วารสารโรงพยาบาลสกลนคร*, 21(3), 105-117.
- [7] Vo, T. Q., Tran D. D., and Dinh, H. T. T. (2020). Health-Related Quality of Life among Undergraduate Dentistry Students in Ho Chi Minh, Vietnam: A Cross-Sectional WHOQOL-BREF Study. *Journal of Pharmacy & Pharmacognosy Research*, 8(3), 201-210.
- [8] Yamane, T. (1973). *Statistics: An Introductory Analysis* (3rd ed.) New York: Harper and Row Publications.
- [9] Hendershott, A. B., Wright, S. P., and Henderson, D. (1992). Quality of Life Correlates for University Students. *National Association of Student Personnel Administrators Journal*, 30(1), 11-19.
- [10] Best, J. W. (2006). *Research in Education* (10th ed.). Cape Town: Pearson Education Inc.
- [11] จุฑาลักษณ์ จอกทอง, ศรีสุรางค์ เคหะนาค, สุนิสา จันทร์แสง, ณัฐปภัสร เจียรภักดี, และปริญทร์ ศรีศตลักษณ์. (2563). คุณภาพชีวิตนักศึกษาวิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดสุพรรณบุรี. *วารสารวิจัยสาธารณสุขศาสตร์มหาวิทยาลัยราชภัฏอุบลราชธานี*, 9(1), 56-64.
- [12] พิษายวีร์ สินสวัสดิ์, และเบญจวรรณ พิทาร์ต. (2557). คุณภาพชีวิตของนักศึกษาพยาบาลวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีราชบุรี. *วารสารการพยาบาลและการศึกษา*, 7(1), 97-108.
- [13] มหาวิทยาลัยมหิดล. (2562). *แผนยุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล พ.ศ. 2563-2566*. นครปฐม: มหาวิทยาลัยมหิดล.
- [14] สุภาภรณ์ เตังไตรสรณ์, จตุพร แสงกุล, ยรัชชา ปรีชา, วิติมา สุนทรสัจ, จันท์รัตน์ ขอพุทพรชัย, และสุภาพรรณ จิตต์โสภณ. (2556). คุณภาพชีวิตของแพทย์ประจำบ้านในโรงพยาบาลสงขลานครินทร์. *สงขลานครินทร์เวชสาร*, 31(6), 281-286.
- [15] Chattu, V. K., Sahu, P. K., Seedial, N., Seecharan, G., Seepersad, A., Seunarine, M., Sieunarine, S., Seymour, K., Simbo, S., and Singh, A. (2020). An Exploratory Study of Quality of Life and It Relationship with Academic Performance among Students in Medical and Other Health Professions. *Medical Science*, 8(23), 1-10. <https://doi.org/10.3390/medsci8020023>

- [16] Ribeiron, Í. J. S., Pereira, R., Freire, I. V., Oliveira, B. G., Casotti, C. A., and Boery, E. N. (2018). Stress and Quality of Life Among University Students: A Systematic Literature Review. *Health Professions Education*, 4(2), 70-77.
- [17] ภัทรพล มหาพันธ์. (2550). การศึกษาคุณภาพชีวิตนักศึกษาระดับปริญญาตรีคณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร. นครปฐม: ภาควิชาการศึกษาเพื่อพัฒนามนุษย์และสังคม คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร.
- [18] ประดิษฐ์ ศรีโนนยาง, พลภัทร อภัยโส, บรรจบ โชติชัย, กิตติพัฒน์ ทาวงศ์ษา, และวันชัย สาริยา. (2562). ปัจจัยที่มีผลต่อคุณภาพชีวิตของนักศึกษาในมหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตศรีล้านช้าง. *วารสารบัณฑิตศึกษา*, 16(74), 141-153.
- [19] Leong Bin Abdullah, M. F. I., Mansor, N. S., Mohamad, M. A., and Teoh, S. H. (2021). Quality of Life and Associated Factors among University Students During the COVID-19 Pandemic: A Cross Sectional Study. *BMJ Open*, 11, e048446. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2020-048446>
- [20] Çiçek, G. (2018). Quality of Life and Physical Activity among University Students. *Universal Journal of Educational Research*, 6(6), 1141-1148.
- [21] Tasmektepligil, M. Y., Agaoglu, S. A., Atan, T., and Çiçek, G. (2013). The Contrastive Study of Physical Activity Levels of Physical Education Students and the Other Department Students. *International Journal of Academic Research*, 5(6), 90-95.
- [22] พรณิการ์ พุ่มจันทร์. (2560). การศึกษาคุณภาพชีวิตของนักศึกษาแพทย์ชั้นปรีคลินิก คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล. *เวชบันทึกศิริราช*, 10(1), 10-17.
- [23] วิรงรอง สิตไทย, และณิสา แจ่มบุญ. (2563). คุณภาพชีวิตของนักศึกษาแพทย์ในระดับชั้นคลินิก. *วารสารศรีนครินทรวิโรฒวิจัยและพัฒนา (สาขามนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์)*, 12(23), 73-85.
- [24] Muhammad, H., Ameer, M. H., Khalid, N., and Asghar, S. (2020). Quality of Life and its Determinants in Students of Medical and Non-Medical Education. *International Journal of Community Medicine and Public Health*, 7(5), 1664-1668.
- [25] Vo, N. X., Nguyen, T. D., Ngo, X. M., Chau, T. V., Pham, N. Y., Nguyen, B. T., Nguyen, T. T. H., Vo, T. Q., Nguyen, K. D., and Le, T. T. Q. (2020). Determinants of Quality of Life among Pharmacy Students as Ascertained Using the World Health Organization Quality of Life Instrument, Short Form: A Vietnamese Perspective. *Systematic Review Pharmacy*, 11(3), 737-743.